

DINAMIKA KONDISI PSIKOLOGIS KORBAN BULLYING

Aulia Nur Fadillah¹⁾, Khusnul Habdiyanti Lailiyah²⁾, Syabilla Juwita Yusman³⁾, Asia Carina⁴⁾, Muhammad Adi⁵⁾, Ulviyanti Durrotul Falihah⁶⁾

Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

aulianurfadillah124@gmail.com¹, lailiyah2597@gmail.com²,
syabillajuwitaz006@gmail.com³, asiacarina01@gmail.com⁴,
muhhammadadi216@gmail.com⁵, ulviyantifalihah@gmail.com⁶

Abstrak

Bullying adalah sebuah perilaku berupa penindasan yang ditujukan kepada korban untuk mencelakai, melukai, merugikan baik dari segi, mental, fisik, sosial, ataupun emosional. Perbuatan menyakiti tersebut dilakukan secara berkala sehingga membuat korban menjadi menderita. Tujuan penelitian ini ialah untuk mengklarifikasi kondisi psikologis dari korban *bullying*. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode deskriptif kualitatif. Pengumpulan data dilaksanakan melalui wawancara terstruktur. Analisis data menggunakan analisis deskriptif dengan model menggunakan analisis lapangan yang dilakukan dengan pengumpulan data, reduksi, penyajian data, dan penggambaran kesimpulan. Subjek dalam penelitian ini merupakan korban dari tindakan *bullying* di Sekolah Menengah Pertama yang berusia 14 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku *bullying* memiliki pengaruh pada kondisi psikologis pada seorang individu, hal tersebut dapat dilihat dari beberapa aspek psikologis yang dimiliki oleh korban *bullying* yaitu aspek kognitif, emosi dan hubungan interpersonal. Dampak dari tindakan *bullying* yang dialami korban dalam hal akademik mengalami penurunan, dari segi emosi menjadi tidak terkendali dan dalam hubungan interpersonal korban menjadi menarik diri dari lingkungan pertemanan.

Kata Kunci: *Kondisi Psikologis, Korban Bullying*

1. Pendahuluan

Individu dapat memiliki keterampilan sosial yang lebih baik jika nilai-nilai yang ditanamkan oleh kedua orang tua mereka terinternalisasi dengan baik. *Bullying* sekarang menjadi istilah yang sudah biasa di masyarakat Indonesia. *Bullying* adalah tindakan kekerasan yang menyakiti seseorang secara verbal, fisik, atau mental. Apa yang dilakukan pelaku tersebut membuat korban merasa lemah (Sejiwa, 2008). Pelaku *bully* tidak mengenal jenis kelamin atau usia. Sedangkan di setiap sekolah sudah diajarkan tentang dampak *bullying*.

Hal ini disebabkan manusia tumbuh dan berkembang bertahap tanpa melupakan apa yang telah dipelajari dari tahapan sebelumnya. Sebaliknya, jika seorang anak tidak

mengadopsi sosialisasi dan nilai-nilai yang tertanam dalam keluarga, perkembangan tingkah laku dan psikososial dapat terhambat. Sehingga menyebabkan remaja menunjukkan gejala patologis diantaranya yaitu kenakalan remaja, salah satunya adalah *bullying*.

Seperti kasus yang terjadi pada seorang siswa SD di Ohio yang melakukan bunuh diri dengan cara gantung diri menggunakan dasi karena dia korban *bully* teman di kelasnya. Anak berusia 8 tahun ini mengalami korban *bullying* fisik. Teman-temannya sering memukulnya saat di sekolah. Kasus selanjutnya datang dari Texas. Seorang remaja perempuan yang berani menembak dirinya sendiri di dada dengan pistol dan meninggal karena merasa benar-benar diejek di sosial media.

Dalam situasi seperti ini, korban perundungan mungkin menunjukkan sikap kekerasan. Seorang remaja berusia 15 tahun di Bali tega membunuh temannya sendiri karena dendamnya kepada korban. Sejak SMP, pelaku sering menjadi korban perundungan.. Perbuatannya berakibat fatal remaja tersebut dijerat dengan Pasal 80 ayat 3 Undang-undang Nomor 35 tahun 2014 tentang Perlindungan Anak, serta KUHP Pasal 340, 338, dan 351 (Zakiyah et al., 2017).

Selain itu, dampaknya pun cakupannya sangat luas. Remaja yang *dibully* berisiko mengalami masalah kesehatan fisik atau mental. Beberapa masalah yang biasa diderita anak-anak yang *dibully* termasuk masalah kesehatan mental seperti depresi, kegelisahan, dan masalah tidur, yang dapat berlanjut sampai dewasa, serta masalah kesehatan fisik lainnya seperti pusing dan lainnya.

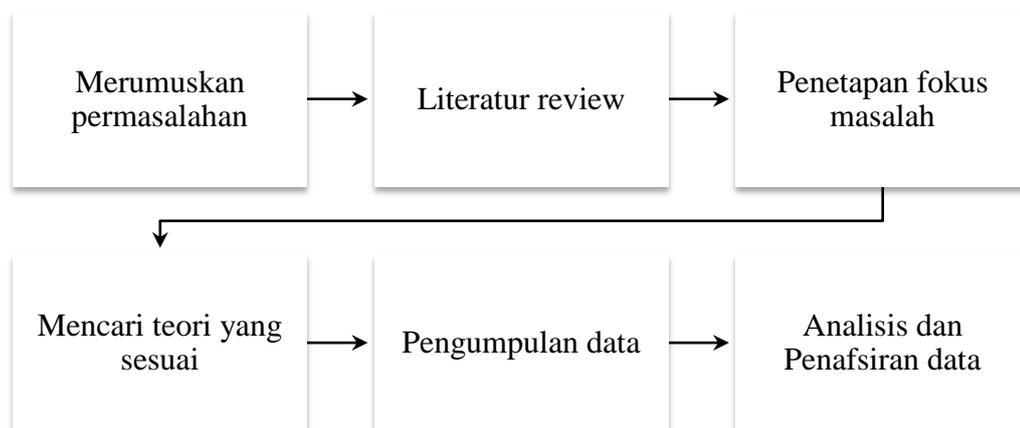
Korban *bullying* merasakan kesehatan fisik atau mental yang memburuk. Hal ini dapat dilihat dari munculnya perasaan tak tenang, depresi, permasalahan tidur yang akan terasa sampai jangka panjang, selain itu korban juga mengalami penurunan kesehatan fisik dan penurunan prestasi akademiknya.

Faktor penyebab dari terjadinya perilaku *bullying*, yaitu keluarga, teman sebaya, lingkungan sosial, sekolah dan media sosial. Pelaku *bully* biasanya dari keluarga yang tidak harmonis contohnya orang tua yang sering memberi hukuman anaknya dengan cara yang berlebihan sehingga dalam keluarga tersebut anak merasa tertekan.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian kualitatif menghasilkan data deskriptif berbentuk kalimat tertulis atau lisan yang berasal dari perilaku yang nampak, dan mengarah pada alasan dasar seseorang secara holistik dan utuh (Moleong, 2001). Penelitian ini memiliki sifat deskriptif yang artinya data yang telah terkumpul berbentuk kata atau gambar, tidak berfokus pada angka, dan terfokus kepada prosesnya (Sugiyono, 2013).

Tahapan dalam penelitian ini dimulai dari merumuskan permasalahan, yaitu peneliti memilih permasalahan secara umum. Kedua *literatur review*, yaitu peneliti melakukan *review* terhadap beberapa jurnal yang sesuai dengan masalah yang telah ditetapkan. Selanjutnya penetapan fokus masalah, yaitu peneliti memilih fokus masalah yang sesuai dengan *review* artikel. Yang keempat mencari teori yang sesuai, pada bagian ini peneliti memilih teori yang mendukung fokus permasalahan yang telah ditetapkan. Kemudian pengumpulan data, yaitu melakukan wawancara terhadap subjek yang telah ditentukan sebelumnya. Terakhir analisis dan penafsiran data, yaitu data diolah dan disajikan dalam bentuk deskripsi.



Gambar 1. Tahapan Penelitian

Subjek dalam penelitian ini yaitu korban dari tindakan *bullying* yang berusia 14 tahun dan sedang menduduki Sekolah Menengah Pertama saat itu. Pada saat wawancara

dilaksanakan subjek sedang berumur 22 tahun. Data yang dikumpulkan menggunakan teknik wawancara. Pengumpulan data menggunakan pedoman wawancara. Pedoman wawancara yang dibuat berdasarkan aspek psikologis yang diantaranya yaitu aspek kognitif, emosi dan hubungan interpersonal. Alat yang digunakan sebagai pengumpul adalah fitur aplikasi perekam suara yang ada di smartphone

Wawancara dilakukan secara tertutup demi kenyamanan subjek dan dilakukan di tempat yang dirasa nyaman bagi subjek. Wawancara merupakan komunikasi antara dua orang dimana agar satu orang mendapatkan informasi dari orang lainnya dengan mengajukan beberapa pertanyaan agar mendapat informasi berdasarkan tujuan (Mulyana, 2004). Wawancara yang digunakan adalah wawancara terstruktur. Wawancara terstruktur menurut Esterberg adalah wawancara yang digunakan untuk mengumpulkan data bila peneliti telah mengetahui dengan pasti terkait informasi apa yang akan diperoleh (Sugiyono, 2013). Maka saat melakukan wawancara, pewawancara menyiapkan pedoman wawancara yang terdapat alternatif jawabannya. Dalam wawancara terstruktur subjek diberikan pertanyaan yang sama dan pewawancara mencatat jawaban.

Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif lapangan model Miles and Huberman, yaitu: *Data Reduction* (Reduksi Data) dilakukan dengan cara memfokuskan dan memilih pada aspek psikologis dari subjek yang menonjol. *Data Display* (penyajian Data) dilakukan dengan memberikan teks berbentuk naratif sebagai hasil analisis penelitian. *Verification* (Penarikan Kesimpulan) kesimpulan diberikan dengan mencantumkan hasil wawancara dengan subjek (Sugiyono, 2013)

3. Hasil dan Pembahasan

Dari wawancara yang telah dilakukan, subjek yang merupakan korban dari tindakan bullying yang namanya telah kami samarkan menjadi Putri. Korban mengalami bullying pada saat berusia 14 tahun yang dimana saat itu korban masih kelas 2 SMP. Subjek menceritakan tindak bullying yang diterima sampai mempengaruhi keadaan psikologisnya, bahkan dampak dari tindakan tersebut sampai sekarang masih terasa. Awal mula alasan Putri sampai dibully oleh teman-temannya dikarenakan subjek berasal dari desa dan pindah ke kota untuk melanjutkan sekolah menengah pertamanya.

Sehingga subjek merasa kesulitan untuk beradaptasi, dikarenakan adanya perbedaan lingkungan pertemanan di sekolah barunya. Di sekolah yang baru ini, Putri melihat teman-temannya lebih mengikuti tren terkini, baik dari segi penampilan ataupun pergaulan. Sehingga subjek merasa kesulitan beradaptasi di lingkungan sekolah barunya ini, karena merasa ketinggalan jaman dari teman-teman yang lainnya. Menurut Olweus (1993), bullying merupakan tindakan agresif yang dilakukan secara berulang oleh individu atau kelompok yang mempunyai kekuatan atau keunggulan terhadap individu lain yang lemah. Bullying ini terjadi dalam konteks ketidakseimbangan kekuatan dan melibatkan niatan untuk menyakiti, mengintimidasi, atau mengontrol orang lain. Bullying merupakan perilaku tidak menyenangkan dari seseorang atau sekelompok yang berupa kekerasan baik secara psikologis ataupun fisik yang dimana terjadi pada seseorang atau sekelompok yang dianggap “lemah” (Riauskina et al., 2005; Ariesto, 2009; Zakiyah et al., 2017). Penyesuaian diri dapat diartikan kemampuan untuk mempertahankan eksistensinya, atau dapat “survive” di lingkungannya dan memperoleh kesejahteraan baik dari segi jasmani dan rohani, dan dapat membentuk relasi yang sesuai dengan tuntutan sosial yang ada (Sunarto & Hartono, 2006; Andhini, 2017). Penyesuaian diri atau kemampuan beradaptasi adalah sebuah proses bentuk usaha individu untuk mencapai harmonis pada pribadinya dan pada lingkungannya, sehingga terbentuk keseimbangan dalam hidup seorang individu (Setyowati & Ahmad, 2022).

Perilaku bullying diterima oleh subjek atas penampilannya yang dianggap oleh teman-teman di sekolahnya sangatlah ketinggalan jaman. Perlakuan yang diterima oleh subjek berupa berbagai macam diantaranya, yaitu, bullying fisik (non-verbal) dan bullying non-fisik (verbal). Bullying fisik yang diterima oleh subjek ini berupa kekerasan fisik yaitu pukulan yang dilakukan oleh teman-temannya terhadap subjek, “Waktu itu saya ujian lalu saya sengaja didorong dari belakang, dan saya masih ingat namanya, masih ingat orangnya tiba-tiba mukul gak jelas kepada saya dan sampe sekarang saya gatau alasannya apa dia memukul saya, dan ketika dipukul itu sakit sekali tapi saya diam dan ga pernah bilang ke orang tua atau ke siapapun”. Individu yang menjadi korban perilaku bullying akan mengalami beberapa tindakan atau perlakuan yang kurang baik. Menurut Coloso (2008), bullying fisik (non-verbal) penindasan fisik yang sering nampak dan paling bisa diamati diantara bentuk penindasan lainnya, namun

kejadian penindasan fisik ini kurang dari penindasan-penindasan yang dilaporkan oleh siswa.

Kemudian bullying non-fisik yang diterima oleh korban yaitu berupa perkataan-perkataan tidak mengenakkan serta hinaan yang dilontarkan oleh pelaku yang ditujukan kepada korban bullying yang menyebabkan teman-teman lain yang tidak ikut membully ini mulai menjauhi Putri karena ikut terhasut dengan ucapan dari pelaku bullying, "Pada waktu itu saya dijuluki si aquarium karna memakai kacamata yang tebal.". Bullying non-fisik (verbal) merupakan penindasan paling umum terjadi, baik yang dirasakan wanita atau pria. Kekerasan verbal juga dilakukan pada orang dewasa serta teman sebaya tanpa terlihat. Penindasan verbal bisa berupa penghinaan, celaan, julukan, kritikan, fitnah, dan ucapan bersifat ajakan seksual ataupun pelecehan seksual (Coloso, 2008).

Adapun hasil penjabaran aspek psikologis, yaitu sebagai berikut:

Aspek kognitif. Akibat dari tindakan bullying yang dirasakan oleh korban ini ialah pengaruh dari segi psikologis dari si Putri yang dapat dilihat dari aspek kognitif, aspek emosi dan aspek hubungan interpersonal yang dimiliki oleh subjek. Dari aspek kognitif, subjek mengalami penurunan dalam bidang akademik, karena subjek merasa sulit untuk menerima materi di sekolah, "Pada waktu itu prestasi belajar saya menurun drastis". Aspek kognitif ini terdiri dari ingatan, persepsi, problem solving, belajar dan berpikir serta aspek afektif yang juga memiliki keterkaitan dengan emosi atau motif dan perasaan. Sedangkan aspek konatif memiliki keterkaitan dengan perilaku individu yang meliputi hubungan interpersonal dan intrapersonal (Anggraeni, 2019).

Aspek emosi. Dampak psikologis korban bullying dari segi aspek emosi. Dari aspek emosi ini, subjek merasa sedih, kecewa pada diri sendiri dan trauma. Bahkan dampak tersebut masih terasa sampai saat ini, " Sampai detik ini masih terasa sakitnya, kecewanya, dan ketika saya melihat ada anak dibully itu saya merasa ikut tersakiti, marah dan semenjak kejadian bully itu saya melawan sendiri rasa sakitku, tapi saya juga harus berdamai dengan keadaan itu semua". Saat diwawancarai pun subjek menunjukkan dampak tindak bullying yang dialaminya, tubuhnya sedikit bergetar dan menahan tangis saat bercerita. Hal tersebut menandakan bahwa dampak dari tindak bullying yang dialami tindak hanya jangka pendek saja akan tetapi juga jangka panjang. Hal ini terbukti dari korban yang masih merasakan kesedihan dan kecewa sampai saat

ini. Aspek emosi ini sendiri merupakan hasil dari penilaian seorang individu terhadap suatu situasi atau peristiwa yang telah dialaminya (Kemper & Lazarus, 1992).

Aspek hubungan interpersonal. Yang terakhir dari segi aspek hubungan interpersonal, subjek menjadi memiliki rasa tidak percaya dengan orang lain termasuk temannya sendiri, kurang percaya diri, dan minder terhadap lingkungan pertemanan di sekitarnya, "Untuk saat ini gaada rasa percaya sama sekali, pertama cerita ke tuhan terlebih dahulu, kalo kepepet cari teman yang saya percaya untuk cerita biar lega". Aspek hubungan interpersonal ini sangat penting dalam membentuk kepribadian individu. Hubungan interpersonal ini menekankan mengenai pentingnya kebutuhan akan memiliki hubungan yang memadai dan aman dengan orang lain (Sullivan, 1953).

Perlakuan yang diterima oleh korban bullying pada masa SMP masih dapat dirasakan sampai saat ini. Korban bullying mendapatkan perlakuan tersebut pada saat berumur 14 tahun dan sekarang korban pada saat ini telah berumur 22 tahun. Dampak dari perlakuan tersebut masih terasa hingga sekarang. Hal itu dapat dilihat dari reaksi yang diberikan dari korban bullying pada saat peneliti mewawancarai subjek, reaksi tersebut berupa napas yang tersengal-sengal seperti menahan tangis dan tangan yang gemeteran pada saat menceritakan kembali pengalamannya. Dan untuk dampak psikologis dari korban bullying dapat dilihat dari pribadi subjek yang timbul rasa tidak percaya pada orang lain, merasa insecure dan menarik diri dari lingkungan sosialnya.

Dinamika kondisi psikologis yang dialami oleh korban bullying dapat terlihat dari aspek-aspek yang ada diantaranya aspek kognitif, aspek emosi, aspek hubungan interpersonal. Dari aspek kognitif ini sendiri dapat dilihat dari adanya penurunan di bidang akademik. Dalam aspek emosi dapat dirasakan dari perasaan sedih dan kecewa yang ditunjukkan pada saat sesi wawancara. Dan dari aspek hubungan interpersonal dapat dilihat dari korban yang cenderung menarik diri dari lingkungan pertemanan.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan perilaku *bullying* memiliki pengaruh terhadap kondisi psikologis seorang individu. Perilaku *bullying* yang diterima oleh subjek kami cukup memberikan bekas yang cukup mendalam dalam kehidupannya.

PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

Bullying dapat memiliki dampak yang serius pada kesejahteraan psikologis korban. Beberapa masalah psikologis yang dapat muncul termasuk depresi, kecemasan, rendah diri, dan kesulitan dalam membangun hubungan sosial. Korban *bullying* juga mungkin mengalami kesulitan dalam mengatasi trauma yang mereka alami dan mereka mengatasi efeknya dalam jangka panjang.

Tentu saja, setiap kasus *bullying* adalah unik dan dampaknya pada korban akan bervariasi tergantung pada sejumlah faktor, termasuk seberapa sering mereka mengalami *bullying*, intensitasnya, dan lingkungan sosial di mana *bullying* terjadi. Namun, secara umum, penting bagi kita untuk memahami dampak psikologis yang mungkin dialami korban *bullying* dan untuk memperjuangkan lingkungan yang bebas dari *bullying* agar mereka dapat tumbuh dan berkembang tanpa rasa takut atau tekanan.

Daftar Pustaka

- Andhini, N. F. (2017). Pengertian adaptasi. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Anggraeni, D. (2019). Efektivitas Komunikasi Kegiatan Roadshow Bank Indonesia Melalui Program Cikur (Ciri Keaslian Uang Rupiah) Terhadap Sikap Peserta Roadshow - Elibrary Unikom. *Elibrary.Unikom.Ac.Id*, 1. <https://elibrary.unikom.ac.id/id/eprint/1582/>
- Ariesto, A. (2009). Pelaksanaan Program Antibullying Teacher Empowerment Program (Tep) Di Sekolah. *Fisip Ui*, 14. http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/123656-SK_006_09_Ari_p_-_Pelaksanaan_program-HA.pdf
- Coloso, B. (2008). *The Bully, The Bullied, and The Bystander*. HarperCollins.
- Kemper, T. D., & Lazarus, R. S. (1992). Emotion and Adaptation. *Contemporary Sociology*, 21(4), 522. <https://doi.org/10.2307/2075902>
- Moleong, L. J. (2001). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya.
- Mulyana, D. (2004). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. PT. Remaja Rosdakarya.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school what we know and what we can do*.
- Riauskina, I. I., Ratna, D., & Soesetio, S. R. (2005). “Gencet-Gencetan” di Mata Siswa/Siswi Kelas I SMA : Naskah Kognitif Tentang Arti, Skenario, dan Dampak “Gencet-Gencetan.” In *Thematya. revista de filosofia* (Vol. 33, hal. 369–374).

PROSIDING

Seminar Antarbangsa

“Penguatan Karakter Menuju Konselor Multibudaya Dijiwai Nilai-Nilai Religius”

Selasa, 18 Juli 2023

- Sejiwa, T. (2008). *Bullying: Panduan bagi Orangtua dan Guru Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan Lingkungan Sekitar Anak*. Grasindo.
- Setyowati, L., & Ahmad, D. N. (2022). *Perkembangan Peserta Didik*. Purbalingga: Eureka Media Aksara.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. Bandung: Alfabeta.
- Sullivan, H. S. (1953). The interpersonal theory of psychiatry. In *Journal of consulting psychology*. Elsevier.
- Sunarto, H., & Hartono, A. (2006). *Perkembangan Peserta Didik*. Rineka Cipta.
- Zakiah, E. Z., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 4(2), 324–330. <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14352>.